Matstell paa Landsbygdi

Förord till den elektroniska utgåvan

N:r 35 av *Norske Folkeskrifter*, som är författad av **Hulda Garborg** (1862-1934), har digitaliserats i juli 2013 av Nasjonalbiblioteket, Oslo och anpassats för Projekt Runeberg i januari 2014 av Ralph E.

lüktcll

)> ei a Ian5$Bçg5i

3It>

Inilba (Øarfcorg

ZTorigs uuabomstäg og £tubcnt=maallaget

fksfe mmkifm

£?»Io $07Hjaa kvar bokhandlar fær De kjøpt:

Hulda Garborgs

KOKEBOK

— Heimestell for smaa hushald helst paa lande —

Andre utgaava.

Pris: Hefta kr. 1.60, bundi kr. 2,00.

Av det bladi hev skrive nm boki, ritar me dette:

„Den befatter sig ikke" bare med Madlavning, men med alt Husstel, nærsagt baade ude og inde. Det er heller ikke bare tørre Opskrifter, man linder her; en hel Del gode, praktiske Sundheder egl er forefindes blandt andet, kortfattet og populært skrevne. Endelig en Del gode Husraad i Sygdomstilfælde og for at forebygge Sygdom. For Husmødre er dette en god og nyttig Bog." Xamdalens Blad.

Ingen Overdaadig-hed, men sundt og' godt, billigt og tidsmæssigt. Kjøb derfor Bogen, saa faar De god baade aandelig og legemlig Føde." Eidsvolds Blad.

„Me spaar at husmødrar~og giftande gjentor kappast um aa. faa tak i denne greide kokeboki." Symra.

„Vi maa faa lov til at udtale vor dybeste respekt for „Kol-botn-kjeringa" og prise den mand lykkelig, som hun steller for; der kan bli menneske af slige mandfolk. — — — Vi anbefaler bogen varmt til alle norske hjem." Landmandskosten.

„Husmødre har jo nok at vælge mellem naar det gjælder kogebøger; men man har længe savnet en kogebog specielt affattet for de mindre husholdningers behov. Dette savn er det ; fru Garborgs kogebog udfylder paa en ganske fortræffelig' ; maade." Østlændingen, Elverum.

„Den x'ivende afsætning, bogen har havt, og de mange smigrende omtaler, den har taat fra kompetente dommere, vidner noksom om dens gode, greie indhold." Dovre, Røros.

„Da den gir fornuftig Besked om alt, er Bogen en særdeles anbefalelsesværdig Bog." Ørebladet-

„Alle norske Kvinder vil læse den med Udbytte."

Moss Avis-

..Opskrifterne og Rotledningerne er praktiske og greie og meddeles paa en yderst fornøjelig og interessant Maade."

Grenmar, Porsgrund.NORSKE FOLKESKRIFTER Nr. 35

MATSTELL

PAA LANDSBYGDI

AV

HULDA GARBORG

OSLO

XORIGS UNGDOMSLAG OG STUDENT-MAALLAGET 1907Etter eit foredrag haldi i Aalens ungdomslag; i onnor form utgjevi av „Fjeld-Ljom" (1903).Heimelive skipar seg meir og meir ura i desse tidir, og det paa lande so vel som i byane. Meir og meir framandt kjem inn og vinn seg upp; og elles lyt livemaaten vera som han vil, tenkjer folk, naar ein berre kann faa han lettvinn.

Det er gogn-(maskin-)tidi som er komi. Med gognspinning og gognveving fylgde klæde som ikkje toler slit, og med mjølke-lag (meieri) og mjølke-skiljarar („separator") fylgde skral kost; og snart kann me segja at me ei-likso laakt stelte som fyrr vel med baade inat og klæde, nm det ikkje kjem ein snunad heller snart daa.

Det er som Vinje skreiv ein gong': gognverki skapar ein herkemuge eller „mobb", som sistpaa maa rive sund det lande som med allfor stor tiltru kastar sig i jarnarmane deira:

„Maskinar gjera alt for folk, men so vert folk maskinar." Eller som Rousseau sagde: det at arbeide hev vorti handelsarbeid (industri), det „fører oss burt fraa det fredlege live i dei gamle tidine daa me inkje vanta, og ut i ei botn løyse av alltid nye turvtir og krav."

Men mc burde daa sjaa til aa faa berge alt godt som bergande kann vera.

Det var fjose folk livde paa fyrr helst; mjølki var grunnen i matstelle paa lande. No er god

nymjølk aat og vert ovbunad („luxus") i bygdine, liksom ho alt er herre rikmannsmat i byane; van-leg't folk lyt greide seg med billegare vare.1)

Men so gjeng det og som det kann. I samlage for „Hjemmenes vel" i Kristiania tala ein doktar her i vinter um korleis ei stor mengd av skuleborn i i den byen liver. Dei hev granska etter og funni, at femtekvart barn i aalmennskulane2) hev hovdaverk og kjenner seg' veikt, av di det fær for lite næring; maten som det fær er for skrinn. Til den doktaren kom mange mødrar og spurde kva dei skulde gjera; han kunde ikkje anna svara, enn at borni laut faa betre mat og fyrst og sist: meir mjølk. Ut med kaffien; inn att med mjølki! Men mødrane sagde at mjølk var berre for rikfolk 110; ho var reint for dyr for smaa folk. So stend ein der.

Det kann elles ingin undrast paa at det vert soleis i byane; mjølki skal førast lange vegar og gange gjenom mange hendar, fyrr folk fær ho. Men paa lande er det ikkje stort likare snart. Nysilt mjølk er ikkje aa faa mange stadir; ho veri førd til mjølke-buine eller rjomeskild („separert") heime; det er skillingen, folk lvt kri for; med helsa fær det gange som det kann. Og skillingen, det er smøre. Alt som læt seg gjera i smør, lyt ein selja; og so vert det inkje att til huse, anna enn den gognskilde mjølki, som er mykje ringare enn den me fyr kalla s koma (avrymd). Mange

') I verksdrift-landi er det snart ikkje mjølk aa faa, minst i storbyane. I Berlin vart det ei lang tid i vinter (190G) ført inn 40,000 liter mjølk um dagen fraa Danmark! -j „Folkeskoler" paa danskt. Paa norskt er all skule for folk; det gjeld for oss aa linne ord som kann skilja millom skule for storfolk og smaafoll;.-

stadir er det herre smaaborni, som fær eit grand nymjølk. Dei andre drikk kaffi; og i staden for smør er det margarin og sirup, og i staden for den gamle feitoslen noko skrinn ost av blaamjølk, som alt feitt er vel utskilt or.

Men nettupp det at skiljekinna fær leita so vel utskild, er det som gjer ho gjæv, so at no maa alle hava ho. Handlarane kyter ho ut med „analyser" som syner kor vel ho skil ut or mjølki kvar rjome von, so at 110 kann bonden faa meir smør enn fyrr; og smør er pengar. Glad er bonden og takkar til; 110 maa det bli velstand, trur han. For „det er kontanterne der spørges efter i vor tid," maa tru; og kinna fær han paa svært lempelege avdrags-vilkaar.

I ei lita fjellbygd hev eg set paa dette. Kvart hus fekk denne skiljekinna. Ja um det var ei fatigkone som sat paa eit plass med ei einaste ku, rjomeskiljar hjelpte dei henne til med.

Men noko velstand liev eg ikkje høyrt gjeti etter dette. Det eg veit er, at ungdomen i bygdi — den som ikkje er farin til Amerika (laa —, den liev døytt mest reint burt av tæring. Og um rjomeskiljaren ikkje er upphav til dette, so hev han daa visst hjelpt godt til.

Men skiljegogni breider seg meir og meir; og der ho er komi held ho seg. Ikkje for di l'olk trur lengi paa denne store vinningi, handlarane lova. Dei ser snart, at rikare vert dei ikkje; og det nye matstelle vert dei baade leide og keide av, og dertil urolege, naar dei ser paa ungdomen som veiknar og bleiknar. Men ein god ting gjer skiljegogni. Ho sparar arbeid. Og det vert no for tidi snart sagt alt. Byane og driftsverki dreg folke-hjelpi burt fraa bygdine; budeigjur er mange- 6 '-

stadir beintfram ikkje aa laa lenger.1) Smaatt eidet med tenarhjelp elles og. Utan gognir til sitt arbeid kann daa bonden snart ikkje greide seg. Kva skal ein segja? Ei landsens kone er ikkje meir enn menneskje ho heller. Det er ofte reint ei storhjelp for henne, naar ijomeskiljaren kjern og hjelper henne av med alle dei mjølkeringjune ho hadde aa skure fyrr.

Ein kann og trøyste seg med, at skiljaren hev hjelpt paa reinhalde i sume bygdir, der mjølkestelle fyrr var mindre godt, og der mjølki vart uppselt paa hylla inne i stogo. Men det som soleis kann vera vunni paa ein kant, det er meir enn tapt att med den klenare kosten. Serskilde matbuir vert og no meir og meir aalmenne i alle landslutir baade i sætrane og paa gardane. Den som hev set t. d. ei østerdal s matbu med mjølk i kvitskura bun kur, rein og fin og god dæ md, og feite skinande ostar i rad og rekkje paa hyllur i frisk sval luft, vil ikkje gløyme det fagre bilæte av velmagi og fint stell. Men det vert kravt meir og meir av kvendi 110, baade i matstell o. a. som fylgjer ined, naar landsens liv skal verte umlaga etter byskikk; og ho kann ikkje vera baade det eine og det andre. Naar kravi vert større og Ilendane færre, lyt ein gjeve upp sumt. Dei fine, kvite ringjur og kjerald lyt paa lofte i lag med vev og rokk. Der ein fyrr saag lange radir med koparkjelar og kjerald, blanke og kvite som filsbein, med eim av brisk og all som huglegt og lielsesaml var, og sterke so dei gjekk i arv mann etter mann, der ser ein no rustne og bulkute blekk-kjerald,sprukne simple krustat og „maljekasterollar".

') Undantak er der, som vel er; i Hallingdal vil gjentune heller vera budeigjur enn innegjentur. Men so er dei friske og staute og, desse hallinggjentune, veit me.— 7

Desse siste kann vera beinl fram faarlege aa koka mat i, naar ein ikkje kann stelle dei rett eller hev dei rette „plaate-omnane". Dei toler ikkje sterk varme; slett ikkje aare-eld. Stend dei ein augneblink tome yvi elden sprikk dei, og der kann koma smaa bitar av maljen i maten, og desse smaa kvasse bitane set seg ofte last i blindtarmen, so ein kann døy av det, um ein daa ikkje vert „vel uppsprett". Det er i det heile ofte so du tykkjer armodsdomen gaper og grin imot deg, fraa kjøk som fraa stogu, der kram fraa „bui" fyller upp i kvar kraa. Det einfelde, trauste og greie som sette adelsmerke paa dei norske bondeheimane fyrr, er burte.

„Snart hev me korkje til aa bite eller slite!" sa ei kone i ei fjellbygd, daa dei skulekloke hadde narra sauine fraa henne; „kaupetye held ikkje med' ein saumar det, og skillingen lyt ein ha i neven til kvar traastubb ein skal ha seg, det eidet visse; men eg ser ikkje noko til at skillingen kjem innatt so raust." Fleire og fleire fær finne (let same i matvegen og, etterkvart som ein tek til aa sende all den gode maten or garden og kaupe alt hjaa handlaren det ein skal liva av. Ei lukke vilde del visst vera, um skiljekinna vart utan naade hivd ul paa alle smaagardar, og

del um det so vart nokre kilo kaffi mindre um aare. God mjølk ei' det som er mest matmun i av alt, og paa lande er ho aa faa paa fyrste hand og dermed billegt; og det skulde ein serskilt hugse: for borni er ho umissande. Ikkje noko er jamgodt med den for deim. Alt P. Chr. Asbjørnsen (Clemens Boni-lacius) skreiv i kokeboki si („Fornuftigt matstel", 1864): „Melken er et rigt og godt fødemiddel; man kan ikke noksom sætte pris paa denne næring, <ler altfor ofte agtes langt under dens virkelige værdi; for børnene, er den et umisteligt gode. Det- S —

menneskelige legeme er sammensat af mangfoldige dele, som daglig læres og slides og derfor altid maa bødes paa og fornyes ved hjelp af føden. Af alle næringsmidler som del her kan være tale om. kjender man kun ei, som indeholder alle de samme dele hvoraf del menneskelige legeme er sammensat, og i en saadan blanding, at legemet, i det mindste i en vis alder, ikke alene holdes vedlige, men endog voxer stærkere og synlig trives bedre end ved nogen anden føde; dette næringsmiddel er melken."

At dette er so, veit alle. Eg hev set barneflokkar vekse upp i den største armod upp-i dalom mest berre paa graut og velling og mjølk av ei ku og nokre geitar; kjøt smaka dei kannhende 3—4 gongir um aare. Men dei vai- runde og raude og godt i stand, som faae rikmannsborn. Godt sur-mjølksoll var dagleg kost um sumaren. Grovt llat-braud og god mjølk. Betre mat bid ikkje. Eg minnest at gamle fru Sars, som vart 90 aar, og var eit sjeldsynt klokt og sterkt kvende, alltid drakk surmjølksblande og kalla det for sin „livselixir". Geitmjølki er endaa vel so god som kumjølki, feitare og sterkare, og dertil all lid ufaarleg, daa det enno ikkje hev vori tuberklar hjaa geiti aa finne. Lettfødd er ho med, og soleis framifraa god aa hava for smaakaars folk med berre ein litin flekk jord; det vilde daa paa alle maatar vera vondt, um dei skulde faa gjera ende paa dette gagnlege og smaanøgde kvikinde.1)

Der er folk som er so paa moten, at dei vil hava sjølve jordi inn under verksdrift. Arbeids-utskiftingi skal naa inn i fjos og stall og kjøk

') Geiti er so leiil for skogen, segjer dei; og folk kann ikkje hava ho av di dei maa lia gjætarar aat ho. Men „borni vil ikkje gjæta 110".

Iler er me ved denne same roti til alt vondt: Uhugen til arbeide, og utvandringl 1'raa bygdom.- 9

og kjellar med; og daa skal gullalderen koma. Kannhende det? - Men medan det grase gror, døyr kui.1)

Spursmaale er kva me skal gjera, so vilkaari for jordbrukaren vert betre og den vitlause tilstrøyming til byane fær ende. So lengi det berre er „yvisköte" av folke som fer ut (Malthuslæra um ..yviskot av folk'" gjeld enno som gudsord millom norske statsøkonomar), kann det endaa greide seg; men spelegt vert det, naar bygdine tømest for det arbeidsfolke dei turvte berre til aa halde den jordi i stand, som all er uppdyrka. Godt jordbruk saman med husindustri gjev jamnaste velstand i eit land.

Attaat mjølk lii drikke og supemat og graut hev ine enno mange stadir den serskilt gode mjølkematen som heiter mysubrim (mys(u)smør), og som beint fram er berre samankoka rein næring, og dertil baade hendig i bruk og godsmakande. Mvsu-brimen hev daa og fyrr, saman med smør, brand (flatbraud) og mjølk, vori liksom det trauste grunnlage i landsens matstell.

Ein disk („tallerken") myssmørvelling2) med bygg-gryn eller ei jamning av heimemjøl og god

'j Det er elles ikkje alle som trur paa denne gullalderen lenger: «m dette kann ein mill. a. lesa i ei bok av Krapotkin, som i dansk umskrift heiter „Haandens og hjernens arbeide". (Det er ei bok som set verdi reint paa hovude for ein stakars nordmann ; med alle vaare blad veit me forunderleg lite um alt det nye som er uppe i jordbruk og næringsliv verdi rundt no). Her berre eit par ord, som viser leidi i tankeføringi hans:

„Kunde Joik finne vegen attende aat jordi, og kunde grannar lære aa samarbeide i staden for aa stengje seg' inne kvar for seg attum høge gjerde, og lærde dei aa nylte ut dei arbeidsmaatane som alt er freista, og dei uppfinningane som me no kjenner til. — jordi vilde gjeva deixn so mykje og so mange slag føde med so lite stræv, at dei reint vart upp i under."

") Uppskriftir: 1. Koka bygg-gryn vel ut i vatn timar paa lag; til all langkcking er høy kassa fratnifraa; sjaa „Heimestell" s. 170). Skava sur-myssmør uppi og lat det koke med gryni 10—12— 10 —

(ikkje gognskild!) mjølk, det er heint fram kraft -ioring, og serskilt til morgonmat betre enn jamvel den gode danske ølsoll („øllebrød").

Det er ille naar myssmørvellingi gjeng av bruk, ja beint ut eit tap for folkehelsa; og kvitmjølsupe av gognskild mjølk eller vatn er laak skadebot. Men verst er det naar alt supand kjem burt, og det vert berre kaffi; daa er tape ikkje utreknande. Kaffi, bakarbrød og margarin, det er ille skral kost for baade store og smaae.

Ei rett god skadebot er havrevelling, helst av norske gryn, som er feitare og kostigare enn dei heimførde persegryni („pressede"). Myssmørsupe eller havrevelling maa, saman med (godt sleikt) flatbraud faa att sitt faste rom paa aabits-(fyridugurds-, frokost"-)borde; for aabiten er eit av dei maali det gjeld mest nm. (Vaksne folk kann attaat taka ein kop kalli, um dei vil). Svært god til umskifte vil den danske ølsollen (av heimebrygt øl og rivi grovbrød) vera.')

I det heile vil det gamle heimeøle vera godt aa faa att, so til umskifte. Til kvardags er jamvel sirupøl brukande; men eit lett maltøl held betre ut. Avhaldsmennane fær ikkje vera altfor stride her; dei kann paa den maaten brøyte veg for mangt som er verre enn heimeøl.

Myssmør av ku og geit er framifraa godt paa brød og. Men av gognskild mjølk vert det so skrint, at mange tykkjer det løner seg ikkje aa

minuttar. Salt. Lite søt rjome godt i all myssmørveliing. 2. Skava myssmør i vatn elter smali. Koka det vel ut. Av vatn lendaa betre mjølk) og godt bygg- eller kveitemjøl lagar ein ei jamning og vispar paa. Kokar 10 minuttar. Salt. Godt er det aa leggje alle heile gryn i blot 12 timar eller so.

]) Uppskrift: Uppskori brød vert vel utkoka i vatn, klembl gjenom sil og tilsett øl og sukker etter smak. Lite søt rjome i fate er godt. Er brøde rivi, kokar det herre Vi time og daa trengst ikkje siling. Ei liti „rivgogn" er framifraa aa ha til aa rive brød, jordeple, chocolade o. a. paa.

laga det. Den gode feite gule pultosten, den line friske kvite knaosten, ja sjølve gamalosten, kjem burt av same orsak, og heile kosthalde vert turt. Og daa kann ikkje havren heller fullt ut bøte tape, kor god han er.

Me fær daa freiste aa stydja under med det gode fleske vaart. For folk som gjeng i tungt arbeid er den engelske maaten med steikt flesk til aabit fram i fra a. Steikt flesk med dugeleg tlatbraud og dertil myssmørsupe eller havrevelling vil vera likleg morgonmat for alle, og det utan smør. Slaa ikkje vatn paa fleske i panna; men steik det ljost brunt. Bryt du so braud (flatbraud) i feitte, hev du lin mølju; og fleskebitar paa hardt braud er god og helsug kost.

I eit lite hushald løner det seg betre aa føde ein gris enn nokre mindre gode høns med avfall. Høns maa vera gode og unge og ha godt hus, skal dei gjera gagn for maten.

Grisespursmaale er sterkt uppe millom alle jordbrukarar no. Endemaale maa vera, at alle som paa nokon maate kann, held so mange grisi r at dei lleskeføder seg; innført flesk er utrygt og ofte mindre godt. Flesk og havre er dei ting som best kann gjera like for mjølk, saman med grøn-vokstrar og godt lett brød; men inkje noko er det som er heilt jamgodt. „Ein fullgod avløysar for mjølk er enno ikkje funnin," segjer ein lærd tysk fysiolog; og nokon slik avløysar vert vist ikkje funnin heller.1)

') Dei vil elles ha funni ein avløysar jamvel for rjome no; han skal vera „mest likso god". Ja-ja! — men mindre og mindre „likso god", di billegare han vert ; og det er den billege, vanlegt folk kjem til aa bruka. Men um so slike „kunstprodukt" kostar nokre øyre mindre i byen enn „naturleg" mat, vil det for bonden snaut verte billegare enn det han fær av sine eigne kyr, naar alt vert medrekna.

Flatbraude vaart er visst svært gamalt. I sogo les me, at dei gamle germanfolki hadde brauti som var „hardt og baka i tunne kakur" (leivar); det var visst og usyrt, og hev vel um lag vori som vaart flatbraud. At det hev haldi seg paa lande hjaa oss er ei stor lukke. Er det av sammali godt mjøl og godt steikt, so er det heiltupp inynstermat. Men likso nærande og helsugt som rett llatbraud er, likso ugagnlegt og uhuglegt er det papir-tunne bleike „æskeflatbrød" (av fabrikmjøl) som er komi paa moten i byane; for naar ein sigtar mjøle, so fylgjer noko av det

beste med klide og kjem burt; sam-mali eller samsigta mjøl er daa det einaste som duger til llatbraud.

At mange bygdir no brukar kakebrød (laakt helst) i staden for llatbraud, er eit av dei største og syrgjelegaste atterstig i landsens matstell. Flatbraud er ikkje herre god mat; det er heiltupp lækjedom: det held tennane reine og i god stand. Og gode tennar er betre enn alle magadropar. God tyggjing er den beste meltings-raad; og all mat vert godt toggin, som vert etin med flatbraud attaat; difor visste og folk fyrr so lite av „vondt i magen". Dessutan er llatbraud billegare og meir kostigt (næringsrikt) enn noko anna braud. Og det held seg betre, og vert soleis den beste nistemat som tenkjast kann paa fjell som paa sjø. Er det baka av godt sam-mali mjøl (havre eller bygg), og gjerne tilsett med noko potet, og „sett" t. d. i mysu eller saup („kjernemelk"), so er det basen for alle dei braudslag og brødslag som finst i verdi.

Kakebrøde er ofte dauv-vori og tungt; det er ikkje kvarmanns sak aa baka godt kakebrød. Heimemjøle, som er so mykje betre enn kaupemjøl til braud, vil ofte gjera seg mindre godt i kakebrøde; det feil tyngre. Og saman med kaffien og— 13

alt det sukkerknask soin folk paa lande gjeng og gnég paa no, baade store og smaae, bev kakebrøde størst skuld i den lands-ulukka, at snart sagt mengdi av folke er tannlaust alt i konfirmasjonsalderen. Og kor mykje det hev paa seg for folkehelsa, som hev mindre og mindre aa staa imot med paa alle kantar snart, det er lett utrekna. For er tennane laake, so vert fyrr eller sidan magen skral; og daa er ein laakt budd baade mot tæring og annan vesalldom.

Flatbraude maa daa koma fullt til ære att i landsens matstell. Naar gjestehusi („hotel") i bygdine heldt godt llatbraud til gjestine sine, so kunde dei spara det meste av baade knåckbrød og alle dei turre og matlause cakes (..kjeks"M) som no sig inn vvi lande all stad.

Landsfolk hev store tankar um det kvite kveitebrøde i byane som ser so fint ut. l)ei skulde hugse det Aasmund Vinje skreiv, daa han hadde vori i Engeland. Ein vert leid av dette linbrøde paa lengdi; det vil sistpaa ..korkje inn eller ut", segjer han; annarleis er det med vaart eige „grove" flatbraud; det „smyr baade mage og munn."2)

Men er kakebrøde som det skal vera, so eidet godi til umskifte. Og ein kann faa godt kake-brød paa lande, naar ein hev mjøl av vel innberga korn, og frisk gjestr, og ein god gamaldags bakar-

') Det er „kake," som paa engelski hev vorti til c ake: so tek mo kloke nordmennar det engelske fleirtale cakes og gjer til eintal: ein kjeks o: ei kakur: det er fusk alt. Engelske cakes av det rette gode slage er det sjølvsagt ikkje hor tale um; deil „kjeksen" me før er oftast tysk, likso uægte som namne.

) Det er noko likt med det engelske grahambrøde som me brukar mest som ei lækjeraad, naar me med det vanlege bakarbrøcle hev øydelagt magen; um det skriv den namngjetne fysiologen Graham og viser, at det er heiltupp helsebot aa bruka usigta mjøl. Det bruka folk fyrr alltid, segjer han, „til dess ei veikare ætt feklc hug paa finare mjøl". Fullgodt helsesamt mjøl fær ein ikkje av dei eimgognskvernane dei 110 mest brukar, meiner han.— li —

omn. Daa fær ein mange gongir betre og saftigare brød enn det sandturre kvite bakarbrøde i byane.

Dei hev i seinare tid skrivi so mykje um aa baka i komfyr, at dei mura bakaromnane hev vorli mest avgløymde. Og det er sant: ein kann faa godt brød i ein komfyr, og til eit lite hus er det lettvint. Men omnsbrøde er betre; dei kann segja kva dei vil. Baade jamnare og lettare er det, og venare aa sjaa til attpaa.

Og til eit noko stort hus, og naar ein brukar hei me mjøl (som ikkje gjeng fullt so snart), ei' ein mur-omn so mykje betre, at del er ikkje iliop liknande. Nokon trollkunst aa baka i omn er det ikkje heller. Mykje lettvinnare er det aa elde og agte ein stor omn enn aa sitja og snu 3 og 3 brød ein halv dag i ein kokeomn (komfyr). Me skal ikkje røde um, at omnsbaking er heiltupp høgtids-arbeid mot dette kokeomns-mase, som er berre til aa faa hovdaverk og krim av. Bakar ein i eldhus, eller i omn som stend ute, so hev ein ei I greidt og friskt arbeid; og elden som logar, og daam av brød og steikjing* og heile st ræve og stelle, det er baade iiuglegt og helsesam l.

Og kvardagsmødde folk no kann segja kva dei vil: det er inkje noko som hev bundi folke so fast til heim og bygd som den høgtid og hugnad og det storlagde og friske som der fyrr var yvi snart sagt alt landsens arbeid. Det gav

mykje meir enn skadebot for alle dei paafynster som folk plar „drive tidi" med i byane (liksom me sludde hava for mykje tid!) Og hugnad og høgtid treng me alle, anten me veit um det eller ei; og aldri er folk i slikt godlag som i dei store arbeids-tidine paa lande. For friskt arbeid gjev helse; og helsa er grunnen i all livshugnad.

Eg segjer daa trygt: lat oss faa bakaromnaratt all stad, der det berre læt seg gjera! Det vil løne seg paa all vis. Er det t. d. tvo grannar som slær seg i lag um ein omn, so vert det heiltupp billegt. Tvo hushald, som greider seg med 10 brød um vika kvar, kann faa ein oinn til 20 brød bygd for 60 kr., 30 kr. til manns, eller mindre, jamvel i ei bygd der arbeidsløni er stor. Ved til kvar uppelding vil snaut koste meir enn 20 øyrur paa lande. (Mange stadir mindre, ofte ingenting). Det er 10 ø. vika paa kvar. Og uppeldingsarbeide hev dei daa kvar sin gong; det er eit par timars arbeid fjortande-kvar dag aa rekne for. Dermed kann baae husi halde seg' med fullgodl brød. Og heimebakt brød held seg mjukt ei 8 dagars tid, naar det er nedlagt i tett kiste; og det korkje myglar (mugnar) eller taper seg i smak.

I)ei tyske bøndane — som kann den kunsten aa spara , dei kauper aldri brød av innført mjøl. Med heimemjøl sét dei deigen; og den som ikkje hev bakaromn sjølv, han fær bakaren paa garden — „Dorf" (Torp), ein gard med mange mennar, ofte som ein heil liten by — til aa steikje det for seg. Komfyrbaking driv dei lite med; utan omns-sleikjing vert det aldri godt grovbrød („svarlbrød"), tykkjer dei. Og det tyske schwarzbrot er namn-gjeti.'

Enn um det i tette norske grendar var ein laus-kar eller eit kvende som fann paa og sette upp ein stor omn og baka ein gong eller tvo um vika; steikte for deim som hadde mang men ikkje omn, og dertil steikte sjølv og selde? I kvar storbygd, og helst i bygdir med jønnvegsgardar(-„stationar") vil det alltid vera ikkje so faae „lause" folk, som maa kaupe brød; at mange av desse heller vilde hava godt heimebrød enn det skrinne um ikkje alltid leite bybrøde — som paa „stasjonane" vert— 16 —

laga eller by vis, men med mindre gode greidur —, det er det vel ikkje tvil um.

Umframt det hraude og brøde soin no er nemnt er rugkavringer gode aa hava, til innbyte og til utfylling. Brøyske (sprøde) smaakakur (cakes) av norske havregryn er like eins billege og eit godt tillegg til brødmaten. Serskilt godt for sjuke.

2 kilo persa havregryn set ein i blot kvelden fyrr ein skal baka, i ein liter mjølk. Gryni vert blanda med Vs kontorkopp brædt (smelta) smolt og 2 skeidir sukker. Dertil 60 gr. uppløyst hjortetaggsalt. Naar dette er irørt, knader ein 5 hgr. kveitemjøl i deigen. So skjer ein han i emne og kjevlar'n ut. Stikk so kakune ut med form eller kopp, prikka dei med gaffel og steik dei ljost brune. 3/4 kilo persa havregryn vert sette i blot i Vs liter nvmjølk. Finare: 2 skeidir sukker, 1U kilo smolt eller smør knader ein turt i 1 theskei hjortetaggsalt eller bakepulver. Kjevla ho ut i kveitemjøl (framifraa god).

Potetkake (lompe) er god til skifte paa maten; men ho er tung; og veike magar skal halda seg ifraa ho. Men potet i flatbraud, og litegrand i omnsbrøde med, er berre godt.

Ivve i tekake fær ein annan smak, ein fullare, saftigare, av heimemjøl; helst vert ho god i omn. At ho vert noko myrkare enn den dei brukar av kaupemjøl, det gjer inginting.

Hev innført mjøl meir og meir trengt ut heimemjøle, so hev like eins i seinare aar innførd kjøtmat (amerikanskt llesk og tunnekjøt, islandskt sauekjøt o. a.) vori det vissaste jamvel paa lande, der staburi fyrr hekk fulle av heimekjøt. Og um— 17 —

EsssKi: r.. 2

me enno ikkje er komne beintfram i kjøtnaud, som folk utanlands mange stadir, so hev beste slag ferskt kjøt vorti sjeldsynt og dyrt for det meste, liksom mjølki. Orsaki er den same: jordi gjev inkje for inkje; ho krev arbeid, nm ho skal gjeva noko av seg.

Ein fær daa for det fyrste stelle det vesle ein hev so godt som ein kann.

Fyrst og fremst gjeld det daa, at dei kjøtbitane smaafolk kann berge aat sitt eigi hushald, vert forvara og nytta paa

beste maaten. Men kjøt er best ferskt. Sterk salting og lang utvatning øyder nærings verde meir enn folk hugsar.

Kjøt vart lite nytta ferskt fyrr. Det meste vart turka eller lagesalta. Dei salta jamvel blodmaten, som i seg sjølv er so god, men töler mindre salting og utvatning enn noko anna.

Minst av næri ngsverde taper lettsalta, turka eller røykt kjøt.1) Det er daa og mat som alle likar. Denne eldegamle maaten aa berge kjøt paa skulde daa vera betre enn alle nyare saltemaatar.

Her skulde eg og ynskje at folk vilde lesa Clemens Bonifacius. Han var ein „matkrok", denne mannen; men han forstod seg meir paa mat enn matkrokar plar gjera. Han skreiv mill. a. „Enhver tænksom husmoder véd, at naar hun strør salt paa ferskt kjød uden at sætte lidt vand til, saa svømmer det om nogle dage i saltlage; og hun ved ogsaa, al det ferske kjød minker i vægt, naar det lægges i saltvand eller lage. Over 3ji af kjødets vægt er

" 'fil skivu (brød med smør paa) er røykt reinkjøt og røykt rein-lunge framifraa.

Og folk røykte reinkjøte sjølv fyrr. No sender dei det til lii byen: der vert det røykt, og kjem daa att til gjesteheimane i bygdi mange gongir dyrare enn det turvte ha vori, og mvkje for dyrt for bøndane.

1 gamle dagar turka dei ofte kjøte usalta. Den maaten brukar (lei enno paa Færøyane med smalakjøt (sau); falle (slagte) vert hengt upp heilt paa kjøthjellen (loft eller bur).

vand, og i dette vand er opløst æggehvide og kjødsaft eller tildels de samme dele1' (o: slag) „som man ved kogning faar ud i kjodsuppen. Dette vand eller disse safter er det, som saltet for en stor del trækker til sig', og som i forening med dette blir lage. — Ved at udvande saltet kjød tabes enda mer af næringskraften, og vandingstiden bør følgelig gjøres saa kort som mulig. Heraf vil det være indlysende, at der er mere vinding ved at spise kjødet ferskt end saltet, samt at man ikke tiden nødvendighed bør nedsalte en stor mængde kjød paa en gang."

Alle veit at delte er sant. Det gjeld daa um korleis ein skal stelle seg, so ein slepp so mykje salting. Innkoking i daasar („hermetisk") feil for dyr for smaabrukarar. Ei innkoking som er fullgod naar maten ikkje skal liggje for lengi: Ned-koking i krukkur under feittbotn (llöt-lök), skulde elles folk hugse paa. Steller ein seg rett her, reinslcg't og plent, greider maten seg godt i 2 3 maanar. Krukkune maa vera so smäae at ein kann bruka heile innhalde med ein gong; er dei større, lyt ein koke deim uppatt kvar gong det er komi hol paa flöt-löke. Kvar krukke maa vera plent rein, og turr, og gjenomheit; og maten — bollar, kjøtkakur, innstuving (frikassé) o. s. f. — slær ein upp-i kokande, saman med krafti og feila. Ein smørgaze-klut legg ein yvi, til det stivnar. Sjaa vel etter, at det ingin sprekk er i tlöt-löke nokon stad (ved kantane helst); tak ein utkoka kvit klut, yvistraadd med litegrand borsyre, og legg yvi; bind so yvi med papir. Ein kann daa vera trygg lengi, so sant ein hev ein turr kjellar eller eit anna frostfritt, luftigt rom aa setja maten i. (Hev ein lorne blomsterpottur aa kvelve vvi deim, er ein trygg mot rottur!) Høge smale krukkur er best.

Reinskorne kjøtstykke, bill', ryggfisken („lilé"), tungur o. 1. kann ein forvara eit bil paa denne maaten : ein saumar ei sterk hempe av kvitt, tvunni bomullsgarn i kjøtstykke (hyssing er ufjelgt i mat); hempa dreg ein innpaa eit lite skaft; duppar so stykke eit par gongir i friskt, heitt matfeitt som ein hev standande yvi elden. Ein maa faa ei tett hime yvi heile stykke; serleg ser ein etter at der er tett ikring hempa. Feita stivnar strakst; so hengjer ein maten paa stabbur eller i anna godt luftigt ronjL, Maaten er lettvinn og Ira mi fraa; ei glup matmor fraa Valdris er upplinnaren.

Feitt av alle slag trengst.

Margarin kann vera rett godt til aa smyrja paa brød, naar det er av beste slag, og fullfriskt. Godt margarin er og vel brukande til baking. Men slikt kunstsmør er no mest likso dyrt som rett smør: kr. 1.60 for kiloen er det komi upp i; og det er ikkje alle sladir bøndane fær meir for fjellsmør um sumaren. Og fær dei stundom kr. 1.80 eller vel det, so maa dei og fragte det lange vegar til landhandlaren. Dei gjer daa ikkje noko godt byte, naar dei byter det gode og kostige (næringsrike) fjellsmøre burt i margarin og anna kaupe-gods.

Inkje smør kjem upp mot sætersmør i smak heller. Kyr som vert baasfødde heile sumaren gjev meir i maale; men mjølki er tunnare og skrinnare.1)

') „At Norges smør" (i dansketidi) „var godt, fulgte næsten av sig selv. Naar kvæget ved midsommertid dreves tilfjelds, og oppe i den rene klare luft levede af de kaftige urter med krydret duft, frembragtes en melk, som i fedme overgik den bedste danske. Det er dette smør, hvortil en af datidens forfattere sigter, naar- 20

Det margarine dei fær i bygdine, kjenner me alle. For det fyrste maa det vera billegt: dei maa faa det endaa billegare enn dei sél sitt eigi smør; og for det andre læt det seg ikkje halde fcrskl^heller lengi. Og billegt margarin, som er skralt naar det er ferskt, er vondt naar det vert gamalt. Vondt paa brød, og endaa verre til aa steikje i.

Mest til all matlaging er godt friskt feitt betre enn margarin. Og med godt stell kann feitt halde seg lengi. Dette hev mykje paa seg; for mat som ikkje kann halde seg meir enn nokre dagar, den duger ikkje stort paa landsbygdi.

Matfeitt steller ein so: All ta rin fei ti o. a. simplare feitt som ein kann sanke ihop etter slagl-ingi, reinskar ein for eitlar og rusk og læt det stande i vatn eit jamdøger. Skift vatn minst 4 gongir; ein neve med salt skal uppi det siste vatne. Nyrefeitt o. a. linare feitt, set ein i kaldt vatn ei natt, og skifter vatne so ofte det læt seg gjera. So legg ein feitte upp-i ein sil eller i eit grovt håndklæde; naar det hev rent av seg, hakkar ein det smaatt og legg det i gryta saman med lite god, krydda kjøtkraft eller ein kopp mjølk med eit par laurbérblad i. Kokar smaatt (ingin sterk eld). Dei smaae feitbltane som hev vorti att naar det klaare er fraasilt i form eller steinfat, briikar ein i grynpylsa. Med kraft, eller mjølk, vert feita lin, og brukande i staden for smør til all steikjing; men ein greider seg og med aa koke ein liten neve salt i V4 liter vatn, og hava feila i, haar salte hev braana (smelta). Naar feita hev stivna, kvelver

han meel stolthed udbryder: „der vanker her i N'orge et vældigt, kraftigt smør, som man bruger ofte til lægedom." Ein namngjetin svensk lærd bisp, Olaus Magnus, er reint uppglødd yvi det svenske ..kostelige smør. hvoraf den tiloversblevne valle „(o: saup" er nok tii at give den, paa hvem mange læger og megen medicin forgjæves har været anvendt, sin heise paa ny."

No for tidi stryk me baade smøre og saupc av matlista vaar.— 21 —

ein ho ul av fonni og skrapar av botnfalle. Best likar eg daa aa braane det uppalt, og fylle det i krukkur som vert vel tiistengde (kvitt papir og lök). Mange legg feila i saltlake; og skal ein gøyme ho lengi er del godi; men i smak er usalta feill mykje linnare.

Tarmfeitt og myrkl leitt av gamalt eller mindre fint slagt forveller dei i Tyskland mykje paa den maaten, at dei vatnar det ut og set del yvi elden i kaldt vatn; nettupp fyrr gryta kokar upp tek ein det uppalt i ein sil som er lagd yvi eit steinfat. Naar vatne er avrunni, steller ein det daa som fyrr sagi. Del avslegne vatne stend til det vert kaldt; det llöt-löke som daa hev laga seg, nyttar ein til simplare matlaging, eller til smurning o. dl.

Kalde land krev mykje feitt; det baade nærer og vermer, veit me; ein maa daa halde seg vel budd med den vara. Men feitt er dvrt, so det gjeld aa nytte det godt. Noko nyrefeitt skal ein alltid hava hangande hakka og turka i tunne lerefts-posar paa ein luftfrisk stad. Det er lettvint aa hava lor handi, soleis til blodpudding, som ein jamt kann laga, naar ein hev friskt blod.

Naar ein slagtar svin, tek ein vel vare paa alt plukk-ister, og kokar det saman med istreploma (nyrefqjta) til smolt. Ein vatnar det til dess det vert kvitt, hakkar del og kokar det med lile mjølk yvi linn eld i tvo timar; siler det gjenom linklut.

Smolt er brukande for smør til mangt: til pannekakur, kjeks (serleg havrekjeks), goro og kakur av mange andre slag. Til aa koke potetskivur i — som ein dagstødt fær i Frankrike — er det framifraa. Likso god er brisling, som ein kokar i heitt smolt til han vert brøysk (sprød), nett som ein kokar bakels; so straar ein eit grand lint salt paa og éi 'n med varme jordeple til. I amerikanske_ 22 —

og engelske hus er smolt-dunken likso viss som smørdunken hjaa oss; og heimelaga norskt smoll er mykje betre

enn det amerikanske. Smolt som der hev vori koka bakels i er best. Um det berre er ein portion billeg ..krabbe I ure" ein kokar so vert smolte framifraa.1) Serleg fint smør skal det vera som er betre enn slikt smoll til pannekakur, munkar, vaflar, kjeks o. dl. Ein kann aldri gjera seg for mykje umak med aa faa huse godt stelt med smolt og matfeitt.

Den gande mothugen mol hestekjøt gjev seg meir og meir. Det er vel snart ingin 110 som vrakar ei pølse, for di um der er hestekjøt i ho. Det kunde daa og vera paa lidi snart.2)

Men al skirt hestekjøt er fullgodt til biff, smaakjot (ragout), sursteik, karbonade med flesk o. a., det er der enno mange som tvilar paa. Og endaa er det vissi, at med god tillaging kann ein faa vel so god mai av hestekjøt som av kukjøt, naar dette ikkje er av alrafyrste slag. Ei fullgod uksesteik stend sjølvsagt yvi alt; men det er sjeld-synd vare, som dertil berre ei' for rikfolk.

Sursteik og karbonade med flesk er av det ein best kann bruka hestekjøt lii. Ei lita sursteik kann ein og gøyme godt, naar ein duppar ho ned

') Uppskrii't paa billeg krahbelure: 2 del. kveitemjøl, 1 del. kvitt sukker, 1 egg, 'h dei. mjølk, ei liti theskéi hjortetagg eller natron, ligg og sukker vispar ein fyrst: hev so i mjølk, mjøl, pulver. Kora legg ein theskei-vis (som klot) i heitt smolt, og kokar ho som fatigmann.

Finare: 4 egg, 4 skeidir rjome (søt), 4 skeidir smelta smør, 1 i kilo sukker, ei handfull rivne mandlar. Nation eller hjortehorn. l/z kilo mjøl.

2) I gamle dagar var ungt hestekjøt høglidsmat; det galdt endaa for aa vera rusande. Serleg vart det nytta ved dei store blotgildi; og det var vel delte som arga prestane so upp imot det. Sidan vart ein daud hest skydd som eitkvart vondt; det var endaa ei tid at ingin vilde (laa ein hest; det var rakliar-arbeid.

i kokande leitt og so legg ho i edik med einebér og laurbérblad.

Godt skille paa maten fær ein og med kanin-kjøt. Men kaninar er mange slag; og det er eitt og anna aa agte her med, um kaninane er aldri so lettfødde. Litegrand tilsyn maa dei hava, so dei ikkje vert heilt ville. Og so maa dei ikkje øksle seg altfor mykje. Ikkje maa dei bli for gamle heller.

Eit velstelt kaninslagt, som fyrst vert forvellL v kokande vatn og so steikt med llesk og laga som sur og søt ragout1) med rotar, baunur eller nokre fleskebitar, det er ein rein herreretl. Alle som vil liva billegt paa lande, og hev eit grand rom, dei bør halde kaninar; upplysningar som ein treng, lær ein hjaa amtsagronom eller dyrlækjar eller andre kunnige. Gode aledyr er det aa faa mange stad i r.

Kjøt av elg, rein, storfugl er ikkje alltid rett vyrdt paa landsbygdi. Mange stadir ét dei ikkje fugl, av mothug, eller i den trui at det skal so mykje smør og anna godt til, fyrr han vert elande. Men eit grand godi flesk er alt som trengst, og det lii baade kokt og steikt fugl. Og supe paa fugl og flesk er liamifraa, og det anten ho vert laga som ,1'uglesupe" eller „klaar" med rølar og bollar.

I bygdir der det er reinkjøt billegt aa faa, maa folk lære seg til aa nytte (lel meir. Laar og I i lear er det berre aa hengje upp lii lurking. Eil tein I aa i' treng turrsalting i 4 dagar (tvo gongir so lengi som eit smalalaar), fyrr ein hengjer det upp. Ein skal reinske det vel (men ikkje leggje det i valn), fyrr det vert upphengt. Det er i det heile reint gali aa vatne kjøt av vil It so lengi som del

') Sjaa „1-Ieimestell".

ofte Yver l gjort her i lande. Det vert so mykje ringare av (lel. Matskynarar som [Asbjørnsen vil, at ein skal vaske og reinske villt som anna kjøt; men ein skal aldri leggje det i vatn. Han brukar sterke ord um uppskriftine i kokebøkane med deira reglar: „lægges i vand natten over", „flere timer", „flere døgn" o. s. fr.; „malspilde, pengespilde, et skammeligt misbrug og en taabelig ødselhed" kallar han det.

Og retl hev han, so lengi det gjeld fidlfriskt kjøt. Men er det villt som hev legi lengi, so er det nok tryggast aa leggje det i vatn med edik eil bil, lenger eller stuttare etter som det er til.

„Innmaten" lyt me lære aa nytte ut. Ikkje minst blode, som er baade næringsrikt og lettmelt.

Blod kann ein gjøyme paa llaskur ukokt i 2 til 3 maa nar. Med same blode er rørt kaldt e tter slaglingi vert det krydda, og so havt paa llaskur — desse maa vera utkoka eller sterkt upphila —, og ein god dott bor vatt (som ein fær paa apoteke) vert isett.1) Denne dotten maa ikkje naa ned-i blode; for vert han vaat, so vert han utett. Ein litin kork ovanpaa vatten bør ein og setja i; den vil vera god, um (laska skulde velte i koll ell. dl. Denne maalen hev vori bruka paa hushaldskulen paa Berger i Asker i 10 aar og hev alltid vist seg fullgod.

Blode er godt til klubb (kumla), pylse, pudding, pannekake o. a.; serskilt god og billeg er ei pylse tilsett med blod etter denne uppskrifti:

Piska friskt blod godt; hell det gjenom sil; hav

') Paa same maaten er det og godt aa korke saftflaskur. Borvatl er idetheile den beste korken til aa halde lufttett med.— 25 —

paa rikeleg med finhakka kokt kjøt, helst av svin („svinekjød"), og nokre sinaaskörne lleskestrimlar med svoren paa; utan noko skirt flesk vert pylsa turr. Til ein djup disk kjøt vil 1 liter blod høve. Tarmen kann ein fylle mest heilt. Salt, pepar, nellik. Kokar % time. Pylsa ét ein kald, upp-sköri/paa brød.

Ei god blodpylse til aa røykje og eta varm lagar ein soleis: 3 liter blod, 1 liter kjøtkraft, 1 djup disk hakka eller mali kjøt; % disk tunne fleske-süimlar; nokre skeidir godt Hot (supefeitt), um ikkje kjøtkrafti er dugeleg feit i seg sjølv. Krydde; og mjøl av bygg eller rug (grynmjøl, lite grovt, er best og drjugast), so mykje at deigen heng ihop. Tarmane maa ein ikkje fylle (2la er høvelegt), daa mjøle svell so ut. Vil ein sidan verme denne pylsa uppatt, skjer ein ho helst upp i (digre) skivur og brunsteikjer ho i feitt. Rette, sterke tarmar til baae desse pylseslagi.

Livi er fin mat; uppskriftir finn ein i alle koke-bøkar.

Livr maa ikkje liggje i vatn ineir enn ein time. Flaadd og spekka med flesk og strødd med Vs skei mjøl og bruna i smør eller feitt med noko sur rjome, og med nokre laurbérblad, lauk og noko heil pepar i duppa, er ho svært god. Mykje gulrøtar, kløyvde og koka i salta vatn, er godt attaat; ein legg deim rundt livri paa fate og slær duppa yvi. Ein maa agte seg at ein ikkje steikjer livri lenger enn nettupp naudsynt (um lag S time «Her meir etter storleiken); ho vert so snart turr. Stikk ein pinne i ho og sjaa um det tyt blodugt vatn ut. Lite salt.

Livrebollar paa kjøtsupe er godt. Ein liten disk franskbrød, tunnt uppsköri, bløyter ein i mjølk og hev uppi 2 egg (piska kvitur); 1U frisk kalvelivr,- 26 '-

vel utgnika, vert tilsett. Persille; muskatnot; lite salt og pepar; mjøl, til dess deigen læt seg laga i store ballar. Desse kokar ein i supa, som daa fær fin smak.

Livr som er vatna og llaadd og uppskori i fingrtjukke skivur, kann ein steikje saman med flesk og setja fram med kaalrot eller gulrøtar eller varme jordeple.

Fin livrekurv til skivu („smørrebrød"): Ein mel Vs kilo livr og IV2 kilo llesk saman paa kvern 3—4 gongir, sped det med lite sterk kald kjøtkraft, kryddar det godt med pepar, nellik, allehande. Noko-lite salt. Dette vert stappa i rette tarmar; pylsune kokar V2 time; so legg ein dei i kaldt vatn i 10 minuttar.

Nyra maa vera godt gjenomsteikt; elles kann del vera faarlegt („bendelorm"!). Fin ragout fær ein av nyra, naar ein skjer det i smaabitar og brunar det i feitt og straar med mjøl og sped med kraft; noko-lite edik i duppa.

Hjarta, nyra, lunge, livr hakkar ein helst og brukar til pylse; ein blandar hakke med gryn og nyrefeitt. Er det lint hakka, og gryni hev vorti koka i kraft, so vert det god mat av dette. Og billeg og drjug.

Hakka kjøtrestar, hovudkjøt, fleskesvor o. dl. kann ein blande med gryn av havre eller bygg og laga god, kostig pylse av. Er kjøte magert, gjøder ein med nyrefeitt.

Eimkoka („gedünstet") kalvehjarta likar dei godt i Tyskland. Hjarta vert lagt heilt i ei skafte-gryte (tett lök!) med nokre skeidir kraft og lite krydde, og dampar til det er møyrt. Vert framsett med surkaal eller ertestappe.

Hovudkjøt (av kalv og sau) vert hakka og laga til kalvekipe („Heimestell" s. 63) eller skori i skivurog bruna i feitt. Framsett med bruna kaalrotv gulerot eller stuva grønkaal.

Flesk er mykje betre enn matfeitl til aa steikje fisl'c i; og sét ein fisken fram med dei brunsleikte ileskeskivune og dugeleg flatbraud og dertil jordeple, kaalrot(-rabi), steikt brun i fleskefeita, stuvd næpe o. dl., er det god mat (og ingin armodskost som vanleg steikt lisk i matfeitt eller margarin med nokre potetbitar attaat). Bruna lleskefeitt til lutefisk held matkunnigt folk betre enn det beste smør; dei smaaskörne brune fleskebitane vert framsette i feita. Restar av lutefisk, uppvermd (bruna) i lleskefeitt, med varme jordeple, er forkunnmat for mange matkrokar. Endaa meir lin-fint er kleppfisk (klyvfisk; „klip"-) yvihellt med smellvarmt brædt smør eller fleskeflöt, som ein hev bruna finhakka og vel utvatna spikjesild i.

Kokte gulrøtar er likso godt til klippfisk som til røykt kolje og annan salt lisk. 1 det heile eidet øydsamt aa bruka fisk og kjøt utan grønt eller skolmfrukt („bælg-"); gulrøtar er billege um ein so skal kaupe deim; um hausten fær ein for eit par kronur, so ein hev til heile vinteren; og ein kann leggje deim i (rottefri!) kjellar liksom jordeple. Men persille og sellerirot skal ein setja i turr mold eller sand; daa „liver' dei og held seg fullfriske.

Mest all stad kann ein faa næpur, grønkaal og kaalrot til aa vekse; og paa dei aira fleste stadine linst det livekræar, der ein kann avle gulrøtar, persille og ymse slag hovudkaal. Pastinakk-rot er like eins viljug, og svært god attaat mange slag kjøtmat.1)

'J .U borni vert upplærde til hagearbeid fraa dei er sniaae. det er ei velferdssak. Baade kann dei vera til stor hjelp; og so lærerGrønkaal (kruskaal) bryr me oss altfor lite um her i lande. Det er det kaale som der er mest mat i av alle;1) og det er som serskilt skapt aat oss, med di at det kann staa ute heile vinteren. Grønkaal, som er koka og finhakka i eit grand duppe av smør og mjøl og lite mjølk (eller likso godt av friskt flot — supefeitt — og mjøl, gjødt med kraft), er fullgod mat, um so utan kjøt, berre med nokre steikte jordeple attaat. Og endaa betre med hardkokte egg. Hev ein nøgdi sovori grønkaalstuving, og jordeple og llatbraud attaat, og nokre smaae pølsur (kurv) eller aldri so lite kjøt, so er det fullgod nonsmat („middag"), um ein so ikkje hev supand. I Danmark hev „grønlangkaal" vori eldgamal jolemat. Dei hakka han som me gjer, og kokte han i skinkekrafti. Framifraa ettermat (godsmakande og helsesam), og det til alle maal, er eit eller tvo steikte eple.

Steikt Hesk aaleine er svær kost; men saman med. flatbraud (riklegt!) og ymist uppskorne røtar bruna i lleskefeita (eller berre koka heile saman med jordepli), vert det helsesamt og. Bruna eller kokte røtar (kvite og gule) er gode til all kjøtmat. Ein framifraa lin rett fær ein av eit grand sau-kjøt, (ukse, kalv, villt greider seg og), naar ein lagar det med brune baunur („bønner") eller røtar (mykje!), som ein brunar saman med kjøte. Det er dette dei kallar ragout de mouton i Frankrike (sjaa „Heirnestell").

Erter og baunur („bønner") av alle slag er baade gode og framifraa næringsrike; og ein kann

dei arbeide og vénst med det, so dei sidan skynar at hagen høyrer til paa ein gard, likso vel som eng og aaker.

') Det inneheld: Eggjekvite 4 °/o, feitt 1 %, sukker 1 'A °/o, kolhydrat 10 »/o, salt 1 '/a o/o, tre-to 1«/« °/o, vatn 80 «la. (Gode mjølne jordeple hev paalag 24 °/o næringsverdi. Blomkaal hev til samanlikning: Eggjekvite 2>h o/o, feitt 'h °/o. sukker IVi o/o, kolhydrat 8'/« V, salt 8/1 «la, tre-to 1 °/o, vatn 91 °/o.29 -

nytte deim baade serskilt og i supeinat og saman med kjøt; kjøkenhagen maa hava rom aat deim fyrst og fremst. Follrike er dei med, og lette aa faa til. Gule erter fær ein elles kaupt noko-so-nær billegt; det er mat som der er drygsle i. Og dei er brukande til mangt anna enn supemat. Sers god er t. d. ei stappe („puré") av gule erter med lite bruna lauk eller bruna llesketerningar og jordeple. Ein lagar ho som vanleg stappe (sjaa „heimestell" s. 110), med lite kjøtkraft og — um llesk vantar — supefeitt attaat. Ertestappe lii skinke og kjøt maa ein laga med ikkje mykje feitt; meir toler ho, naar ein tek ho til serskild rett med jordeple og flatbraud attaat. Litegrand pepar og salt treng ho.

Hev ein supe av erter (gule og grøne) eller baunur (kvite eller brune), laga med eit grand kjøtkraft, (eller kokt vatn), so treng ein ikkje kjøt, helst um ein hev noko alde (frukt) eller lette pannekakur til ettermat.

Til grønertersupe greider fiskeskraft seg godt.1) Like eins til kvite baunur. Det gjeld for fisk som for kjøt: med grønt til vert han betre og tenlegare. Um fisk med grønt gjev dei fleste kokebøkane altfor lite rettleiding.

Havfisk gjev god mat, naar han vert rett stelt. Men for arbeidsfolk treng han tillegg. Stuva næpe eller bruna kaalrot er t. d. framifraa til all steikt fisk. Kokekralti av fisk maa ein aldri slaa ut (som dei enno skal gjera i sume fiskebygdir); ein brukar ho til supemat, med mykje erter, grønt, gryn, eller med mjøljamningar.

') Uppskrift: Legg grone erter i vatn um kvelden. Koka deim mayre i fiskekraft. Ei liti smorjamning; uppskorne gulrotar, hakka persille er og godt.

Fiskekraft kann ein i det heile nytte mest som kjøtkraft til alle slag supemat.— 30 —

Aure, laks og annan fisk fraa elv eller vatn er um lag jamgod med kjøt i næringsverde. Men üm hausten i gjotetidi duger han ikkje, ja er stundom lite elande; han er slaskin og skrinn og hev ofte ein usmak. Fisking i gjotetidi skulde vera strengare forbodi enn ho er; ho øydelegg fisken, og det til faafengs reint.

Kannhende maten snart vert so dyr paa lande no, at sjølve soppen vert tekin til naade.

Asbjørnsen var vel den fyrste som heldt sop pesa k i fram hjaa oss; i kokeboki si hev han eit gildl stykke um denne vanvyrde godmaten. Sidan hev dr. Olav Johan-Olsen stræva baade lengi og vel med aa lære oss folke-skikk i dette stykke. Sopp-kokeboki hans skulde folk paa lande sjaa aa faa i no etterkvart. 1 „Heimestell" (s. 68—71) hev cg sett upp nokre rettar til aa byrja med; men det er mykje meir her aa lære.

Ein kann elles ikkje undrast paa at soppen er vanvyrd, naar ein veit kor lite gagn me enno veit aa gjera oss jamvel av dei herlege skogbæri vaare. I bygdine tek dei jamvel no til aa føre heim noko „kunstsaft" som der ikkje er ein drope rett saft i, men berre „essentser" og eitkvart slag „kunst-sukker"; det smakar som bakar-sukkerknask(„bong-bong") og er reint audt for næringsverde. Supand av slik „saft" og t. d. potetmjøl, det er so olmosleg ein „mat" som ein ut kann tenkje, og baade laatteleg og skamleg aa sjaa i bygdir der skogane raudnar og blaanar av dei beste bær som jordi eig, og der stikkelsbær, vinbær („ribs"), solbær og eple paa dei fleste stadine veks, daa visst til husbruk.

Det hev vori tala og skrivi endelaust um aa— 31 —

nytte ut bæri vaare. Men faafengt. Alle segjer: me hev ikkje lid. Etter som det 110 ser ut, kann det elles hende at folk vert nøydde til aa „faa tid" snart. Svolten vil lære norske born aa linne heim ber som andre lands born; og mannfolki, — dei fær kannhende ikkje sitja med „blade" heile sundagen ? Det er for gali, at ikkje kvart hus, daa visst i mange bygdir, hev tytebær heile vinteren; og blaabær sylla paa rimeleg maate skulde det og vera raad med, Supand eller graut av bérsaft med havre- eller byg-gryn er alltid meir til mat enn potelmjølsupe av „kunstsaft", eller dei „kunst-gelé"-arne som surne stadi r er komne i staden for den gode gamle saltgrauten („rødgrød").

Her lyt ein og hugse sukker-tollen, som er so for høg. Som ho sagde i ein tale i Kristiania nyleg, ei av vaare dugelegaste kjøkenlærarar: tak sukker-tollen fraa sukkere og legg paa kaflien, so skal me snart sjaa fleire friske barneandlit! Eit ord som nyleg vart høyrt fraa stortinge um, at folk her i lande fær rundeleg sukker nok, vil faa alt landsens folk lii aa undrast. Det er ikkje mykje av det sukkere som vert innført som kjem landsfolk til godes, maa tru. Sukkerbakarane med sine „kakur" og „confekt" og dei „linare husi" i by og bygd med si sylting brukar so mykje, at naar det vert rekna ifraa, so skal me sjaa kor mykje det vert att til lolke elles. For smaafolk paa lande er sukkere for dyrt; og det er og ein av grunnane til at vaar rikdom av framifraa bær stend og rotnar i skogen.

Rabarber heiter ein vokster, som trivst godt i lande, og sume stader (helst høgt uppe) veks mest vilt. Den kunde og verte utnytta betre enn no, valdet ikkje den høge sukkerprisen. Rabarber laga med eplemjøl (stivelse) er det elles mindre gagn i. Men rabarber i t. d. havregrynssupe, det er ein herrerett,— 32 —

naar ein hev nok sukker. I det heile gjeld det aa faa vaare eigne line og feite havregryn og byggryn inn i matstelle att. Risgryn, som me kauper av dyre domo er ikkje naame nær so rike paa næring, um dei elles er gode aa hava til matbyte.

Sjølve rabarberblomen er nyttande til mat, naar han endaa stend med hinna ikring seg; ei serskilt lin og frisk og godsmakande stuving kann ein av den laga. Ein kokar han i salt vatn (15—20 minuttar) og stuver han som blomkaal. Aa lata rabarberblomen stande unytta er likso klokt som aa lata t. d. blomkaalhovud rotne burt for seg.

Hjupur (kjupur, nyper) og rognbér skulde ein ikkje heller lata forkomast. Ein kann sylte rognbér, helst naar dei hev fengi ein snev av frost, paa van leg maate med den halve vegti sukker (og gjerne eit par sitronskivur uppi). Ein kann og blande deim ined pære. Mange held deim betre enn jamvel tytebær.

Hjupur er brukande paa mange vis, til graut, sylling, saft. Mest lettvint nyttar ein deim lii saft; og den safti er framifraa lii supand. Ein jamnar ho med søt rjome og kveitemjøl, og ét ho med skondrokkar eller kavringar. Uppskriftir paa bjupemat linst i dei lleste kokebøkane no.

Moltur er ein rikdom som faae land hev noko jamgodt med. Skal ein likne deim med noko, fekk det vera med vindruva. Men ikkje moltune heller vert skikkeleg utnytta, for skuld sukkernaudi. Det er reint ut ei velferdssak — og ei helsesak med — aa faa sukkertollen burt.

Til bot for mjølki og det gode malt-øle som fyrr var i bruk (og enno sinne stadir), hev me mest inkje anna fengi enn kaffien. Sjokolade, kakao o. dl. vert briika so lite at det knapt er reknande- 33 —

Kaffien raar heile verdi no. Og god kaffi i maateleg mengd aal vaksne folk, det gjer ikkje noko vondt større. Men god kafli er dyr. Det store fleirtale, som lyt nøgja seg med ring kafli med vonde og verdlause blandingar i mengd, er verre fari. Og skrike („reklamen") hev slik magt, at dei ringaste kaffislag med dei laakaste iblandingar (som gjerne vert mest uppskrikne), deim tek folk heller enn reine og attaal nærande blandingar som heimebrend bygg eller den billege og gode Kneipp-kaffien. Erter, som vert bruka til kafli-blanding sume stadir, feil ikkje netupp i min smak, men er daa visst mange gongir betre enn alle dei løyndomslege blandingspulveri fraa landhandlaren.

Ein frisk og god og helsesam drykk fær ein av einebær, som vert malne og bruka som te. Den vanlege billege kaupe-„te"en er langt ifraa so god, korkje for smak eller helse; og einebær-te fær ein dertil fritt. Ein kann og koke te paa tyteberblad som ein brunkar litegrand paa ei panne; den er mykje betre enn baade billeg kaupe-te og sikori-kaffi.

Det som i det heile trengst er: upplæring.

Og daa „heimen" no altfor ofte er burtvildra (hev halvgløymt godt gamalt og halvlært baade godt og skralt nytt), so trengst det for den store mengdi 'io, at me fær gode hushaldsskular.

Gode hushaldsskular, segjer eg. Skular som ikkje herre preikar og gjev leksur; skular som lærer folk aa gjera det som gjerast skal i eit hus.

Me hev hushaldsskular nok, aat slike som skal lære bystell. Men for landskvende som vil lære landsstell, er det verre. Paa byskulane vert dei

3— 34 —

sjølvsagt burtvilla meir enn rettleidde; og av gode landsskular er her ikkje mange.

Jamvel paa amtsskular i gode bygdir leiger dei helst (billege, d. v. s. unge) bvkvende til lærarar i lands-husstell. Det er den bakvende visa heilt ut.

Og endaa um skulane kann vera gode, so nyttar det lite, naar skuletidi er for knapp. Ein lærer ikkje husstell paa tri inaanar; ein lærer i det heile ikkje husstell av bøkar, og av aa „sjaa paa". Mange gjentur som kjem ut fraa gode skular, og hev kosta paa seg so mykje som dei hadde raad til, eller vel so (let, dei hev t. d. aldri vori med paa ei slagting. Mange hev knapt vori skikkeleg „med" paa sylting heller. Og det dei lærer av mjølkestell, eller jamvel flatbraudbaking, er jamgodt med inginting. Læretidi er for stutt, og søknaden til skulane for stor; og so driv dei med boklærdom („theoretiske fag") so reint for mykje etter maaten.

Ei elles vitug og glup gjente, som for (laante) 4—500 kr. hadde gjengi paa ein slik skule (ja no heiter det elles „kursus"), — daa ho kom ut alt, hadde ho aldri sjølv skori upp eil kjøtlaar eller lima sund so mykje som ein kalv;

ho hadde berre set paa at læraren gjorde det. Ei billeg', lettvinn eplestappe (-„mos"), som kvart hus paa lande skulde kunna halde seg med, hadde ho aldri høyrt gjeti. Men „lin anretning", og mykje som kann vera godt for eit selskapsbord eller hotelbord, det hadde ho lært. Ster same maaten arbeider slike skular paa lande og no helst. Det hev daa og vori sagt med altfor god grunn, er eg rædd, at hushalds-skulane lærer landskvendi upp til hotelkokkur og ikkje til husmødrar, minst til husmod rar paa lande.

Det kann vera paa lidi at det vert tilføre for landsens kvende til aa lære landsens stell, lære aa— 35 —

nytte det som heime veks, og skyna kva det duger til. Ein fær hugse, at ofte nok er det kunnskap i reine abc-ting som vantar fysst og fremst; folkeskulen hev so mykje anna aa stræve med, lian, at det daglige live kann han ikkje tenkje paa.

Og endaa linst det folk som trur, at ine hev for mi/kje husarbeidsskular paa lande. Me kunde slaa deim ihop med jordbruksskulane og soleis spara nokre skillingar, meiner dei. Og mange høyrer paa desse, av di dei fører orde „spara" i munnen. Me trur enno her i Norig, at det aa „spara paa skillingen" er i alle tilfelle sparsemd.

Det vil vera rett her som andre stadir aa opne jordbruksskulane for kvende som vil lære aa styre jord; men det me mest treng er serskular i kvende-arbeid. Fysst maa ei landsgjente lære reinhald; so maa ho lære og stelle ljos og kjøk og kjøken-hage; og" ikkje minst maa ho lære aa stelle born og sjuke (dette maa bli faste læregreinir i alle dei kvendeskular som ikkje berre skal vera til stas). Kann ho so dertil faa upplæring i geografi, kemi, anotoini o. s. fr., so er det godt; men slikt fær korna etterpaa.

Sjølve den anatomien ein treng i eit hus, lærer ein mykje betre, naar ein med kunnig rettleiding er med og limar sund ei I slagt, enn av mange lange anatomiske bok-„timar". Og den kemien, ein kann puge i seg paa ein skulebenk i nokre kursusmaanar, er det vel ikkje mange husmødrar som kann hava noko hjelp av. Det meste er gløymt, uaar ein kjem utav skuledøri, og soleis eidet berre burtkasta lid.

Fridtjof Nansen sagde i ein fyrelesnad i „pædagogisk samfund" for nokre aar sidan: Naar ein vil faa greide paa korleis ein lisk er vaksin, kvi skal ein daa plent lesa seg til det i bøkar; kvi— 36 —

lek ein ikkje heller ein lisk og skjer 'n tipp, so ein kann sjaa med eigne augo, og lære aa linne seg fram til del rette sjølv? Mange lærarar vil svara, at slikt er raadlaust med ei klasse paa 20—30 næmingar (elevar). Til det kann eg ikkje anna segja, enn at gjeng det ikkje med 20 næmingar, so fær ein taka 10 um gongen; so vigtigt synest dette meg vera. So meinte Nansen.

Og del han sagde um vitskap, det gjeld endaa meir um husstell, som krev hand-lag og augne-maal fysst og fremst. Mykje av den boklærdomen, som spiller tid og endaa ikkje vert til noko heilt, den maa burt, og augnesyning og hand-øving inn i staden. Aa slaa hushaldsskulane ihop med jordbruksskulen vilde vera aa gjera heilt ende paa deim, — um det skulde vera likare?

Det gjeld i det heile aa skyna og sjaa, kva del er ein vil, og kvar del er ein vil av, so al tanke og gjerning kann koma i samklang. Me talar med store ord um jordbruke, „modernæringi"; men skuleverke og det heile liv er soleis stelt, at folk meir og meir dregst til bvane. Me talar og skriv um kor gagnlegt og naudsynlegt arbeide er, og at det gjeld aa fostre dei unge upp til sjølvhjelpte folk o. s. fr.; men me skipar skular som gjer ungdomen utrygg, hugnadlaus og duglaus til snartsagt alt som arbeid heiter.1)

') Det veri skrivi og lala i alle land um kor ,gali delle er. Fraa Frankrike i 80-aari) hev I. <1. August Strindberg fortali („Bland frauska bönder); han hadde fari lande igjenom og ctlerrøkt livemaaten all stad: han fann jamnast velstand og det beste samfundsliv i dei hmdskapi der bonden endaa livde av del han sjølv avla. Men i Frankrike som andre stadir vilde ungdomen lii byen alt daa. 1 tidi 1875—85 flutte ÄOOØ. av lands-ungdomen dit, „för att der öka de arbetslrisa orh misnögda industriarbetarenas stora hår.* „Er lande skamfari fyrr. so vert det heretter lagt reint i øyde av skuleverke og av" hérstelle", hermer Strindberg etler ein fransk jordbrukar.37 -

Grunnvollen for det norske folkeliv hev vori heimen, den gode gamle bondeheimen. Det er den, me lyt søkje att-ende til, um det skal bli anna enn store ord med aa „byggje lande".

Den „nye tidi", som held paa aa skapa verdi um, so heimen kjem burt, og hotel og driftsverk og rotlause maskinmenneskje kjem i staden, er paa veg til Norig med. Me fær ynskje at ho aldri naar heilt fram til „kjerna av lande".

Naar heimen i fjellbygdir og fjordbygdir hev stadi som den trygge grunnmuren for samfundslive vaart gjenom lange tidir, so er det vel av di dei hev havt stødt aa stande paa. No um dagen viser me bonden til Danmark; han skal lære der; den danske bonden er so og so mvkje glupare. Og visst er det at der er mykje i Danmark for oss aa lære. Lat meg berre nemne dei danske „andelsforeninger", eller den danske kunsten aa stelle vare, t. d. smør, so del vert laglegt lii utførsle i stort, o. m.

Men naar dei norske bøndane hev klara seg som dei hev gjort, gjenom gode tidir og vonde tidir, med lite rettleiding og ymis motgang, so hev dette havt sin grunn i den gode liveskikken dei hadde sjølve. Og det er den dei maa halde paa, so godt som raad er. Det gamle bondestell i Norig er betre enn dei lleste hugsar eller veit. »Nye lærdomar" hev gjort oss utrygge, og i mangt villa oss burt fraa vaar framgangs veg; men del ei1 ikkje meir enn eit par ættledir sidan den norske bonden sat sjølveigar paa den jordi, som bankane helst eig no; han maa kunna „finna seg sjølv all", fær me vone.

Kunde me lære aa døme klaarare um det nye og halde paa det gamle som gjenom lang røynsle hev vist seg godt, og kunde det bli sant alt, detVinje sagde um (lei norske kvendi: „dei koka og steikja og baka so godt, og stella slik uni husi sine, al den sæle mannen liver som i joli," •— daa var ine langt paa veg til aa bli det me var: eit helsugt og eit kraftigt folk, som klara seg jamvel i dei laake tidir.Prøv

5. Naar det vert lite høy. Av Tore Gjære. Andre upplaget (tridje—femte tusund) (20 s.) . . . . 10 —

6. Sophus Bugge og mytegranskingarne hans. Av Moltke Moe (24 s.)...........20 —

7. Mjølk og smer. Av N. Ødegaard. Andre upplaget (tridje—sette tusund). (24 s.).......15 —

8. Norske folkevisor I. Med ei utgreiding um vise-dansen av Hulda Garborg. Femte upplaget (sekstande—ljugande tusund) (48 s.).....25 —

10. Gjer heimen din fager! Av Ellen Key. Andre

upplaget (tridje—femte tusund). (24 s.) . . . 15 —

12. Alkoholen og helsa. Av dr. Frimann Koren. Fjorde

upplaget (23de—32de tusund) (32 s.).....15 -

Skuleutgaava.............10 —

13. Norsk klædebunad, med ti bilæte og ei mynster-teikning. Av Hulda Garborg. Andre upplaget 30 -

14. Bærtre og bærdyrking. Av J. O. Aashamar. Andre upplaget (fjorde—sette tusund). (16 s.) ... 10 —

15. Ole Bull. Av Oddmund Vik. (40 s.).....20 —

16. Gamall norsk prydkunst. Ved Lars Kinsarvik og Halvdan Koht. Med 22 teikningar ved Lars Kinsarvik. (32 s.). Andre upplaget.....30 —

17. Um gjødsel. Av Ivar Nesheim. Andre upplaget (fjorde—sette tusund). (64 s.).......30 —

18. Ungdomen og skogen. Med 5 bilæte (32 s.) . . 20 —

19. Norske folkevisor II (48 s.).........25 —

20. Livskaar i Norig. Av H. E. Berner (24 s.) . . . 15 —

21. Norsk salmesong. Elias Blix. Av Lars Eskeland. Andre upplaget (4de—7de tusund) (46 s.) . . 30 —

22. Norsk maalsoga. Åv M. Hægstad- (48 s.) . . . . 30 —

23. Henestell. Med 7 bilæte. Av Ola Svinndal Andre

upplaget. (32 s.)...........20 -

24. Per Sivle. Ei livssogu. Med bilæte. Av Anders Hovden. (56 s.) . i...........30 —

25. Ein øysterlendsk religionslærar i vaare dagar. Etter

Max Muller ved Kristofer Janson. (30 s.) . . .20 —

26. Um mjølking. Av Ingebr. Five (28 s.) .... 15 —

27. Eit 4000-aars rike. Av Erik Givskov. (Paa norskt

ved Arne Garborg). (38 s).......30 -

28. Aasmund Vinje. Av Vetle Vislie- (48 s.) .... 30 —

29. Farge og norsk folkekunst. Av Andreas Aubert. (23 s.) 15 —

30. Trygding mot arbeidsløysa. Av Fredrik Foss . . 10 —

32. Kunst og arbeid i heimen. Av Sven Moren ... 10 —

33. Grunnlov og manntalslov ....25 —

34. Fred og forsvar. Av N. Gjelsvik. Andre upplaget

(9de - 18de tusund)...........15 —

35. Matstell paa landsbygdi. Av Hulda Garborg ... 25 —

36. Mynsterjordbruk i Danmark. Av Mikkjell Lønning . 20 —

37. Pass paa tennerne dine! Av Lauritz Haug ... 10 —

Postpengar 5 øyre for 1—3 skrifter, 25 øyre for alle.

Skrifterne er aa faa i alle bokbuder.